



четверг		12-18 лет						
прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углевод
завтрак								
Завтрак	гор.блюдо	ТК№232	Каша пшеничная жидкая	250	293	9,3	8,3	45
	гастрономия	ТК№79	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	0,1	7,3	0,1
	хлеб	ТК№213	Хлеб пшеничный	60	141	4,7	0,6	29
	гор.напиток	ТК№462	Какао с молоком	200	94	3,3	2,9	13,8
	хлеб	ТК573	Хлеб ржано-пшеничный	40	79,2	2,6	0,5	15,8
			Итого за прием пищи:	560	673,3	20	19,6	103,7
	молоко		Молоко в т/п	200	107	5,8	5	9,6
обед								
Обед	закуска	ТК№149	Кукуруза консервированная	100	40	3,1	0,2	6,5
	1 блюдо	ТК№59	Рассольник домашний	250	96	2,3	4	13,5
	2 блюдо	ТК№363	Капуста тушеная с мясом	280	307	14	26,6	2,7
	хлеб	ТК№213	Хлеб пшеничный	60	141	4,7	0,6	29
	3 блюдо	ТК№459	Чай с лимоном	200	117,5	3,8	0,4	24,6
			Итого за прием пищи:	890	701,5	27,9	31,8	76,3